



Mes produits
maison

SEMAINE
EUROPÉENNE
DU DÉVELOPPEMENT
DURABLE
30 MAI - 5 JUIN



Petit guide des produits ménagers faits maison

Produits « faits maison »

Les avantages

- + respectueux de la santé
- + respectueux de l'environnement
- + économiques
- 16 tonnes d'emballages pas an
- de molécules nocives rejetées dans le milieu naturel

= aussi efficaces !

Service prévention et gestion des déchets



Le liquide vaisselle

Ingrédients :

Bicarbonate de soude, savon liquide neutre ou liquide vaisselle écologique, huile essentielle

Matériel :

Flacon de 500ml, entonnoir, cuillère à café (cc), cuillère à soupe (cs)

Préparation :

- ✓ 1 cc de bicarbonate de soude
- ✓ 1/6 de savon liquide neutre ou de liquide vaisselle écologique.
A défaut, 1 cs de cristaux de soude
- ✓ Remplir d'eau
- ✓ 15 à 20 gouttes d'huile essentielle
- ✓ Agiter doucement

La lessive liquide

Ingrédients :

100g de savon de Marseille, 100g (environ) de bicarbonate de sodium, 1 litre d'eau, 250 ml de vinaigre blanc. Facultatif : quelques gouttes d'une huile essentielle (citron, lavandin, rose...)

Matériel :

Râpe à fromage pour transformer le bloc de savon en copeaux, fouet de cuisine, grand saladier, bidon de récupération d'ancienne lessive (1,5L), entonnoir

Préparation :

- ✓ Râpez 100g de savon de Marseille
- ✓ Faites-les fondre à feu doux dans 1L d'eau très chaude
- ✓ Mélangez bien
- ✓ Ajoutez 100 g de bicarbonate de soude et 100g de vinaigre blanc
Facultatif : ajoutez quelques gouttes d'huiles essentielles pour le parfum
- ✓ Avant chaque utilisation, secouer bien le bidon, 1 verre de lessives chaque fois



Les ingrédients indispensables et leurs propriétés

	Savon noir	Vinaigre blanc	Bicarbonate de soude	Sel fin	Savon de Marseille	Huiles essentielles
Dégraissant	x	x				
Désinfectant		x			x	x
Désodorisant		x	x		x	
Détachant		x				
Décapant			x	x	x	

Les Huiles essentielles

Huiles essentielles	Propriétés pour le ménage
Citron (citrus limon)	Antiseptique, antibactérien, antiviral, bonne odeur de propre
Eucalyptus (Radiata ou Eucalyptus globulus)	Antiseptique, antibactérien, antiviral, bonne odeur de propre
Menthe poivrée (Mentha piperita)	Antiseptique, antibactérien, antivirale, fongicide, vermicide, bonne odeur de propre
Lavande aspic (Lavandula spica ou latifolia cineolifera)	Antiseptique, bactéricide, antivirale, fongicide, antimite, bonne odeur de propre
Citronnelle (Cymbopogon nardus)	Antiseptique, antibactérienne, répulsives insectes
Tea tree (Melaleuca alternifolia)	Antibactérien puissante, fongicide, parasiticide, antivirale
Cannelle	Antibactérien puissant, fongicide, parasiticide, antivirale, antiseptique, parasiticide

Les huiles essentielles sont très puissantes. Elles sont à utiliser avec modération et en respectant bien les précautions d'utilisation relatives à chacune d'entre elles.

 Conservez toujours les huiles essentielles hors de portée des enfants.

Nous déconseillons l'usage d'huiles essentielles pour les femmes enceintes ou allaitantes, les personnes ayant des problèmes neurologiques (épileptiques...) ou ayant des problèmes de santé graves. Sauf avis médical, n'utilisez pas non plus d'huiles essentielles chez les bébés et les enfants de moins de 3 ans.

Les injections (intraveineuses, intramusculaires) d'huiles essentielles sont rigoureusement interdites.

Les huiles essentielles ne doivent pas être appliquées sur les yeux ou le contour des yeux.

Elles ne doivent pas s'appliquer pures ou pulvérisées dans le nez et les oreilles, les muqueuses.

Pour éviter le risque d'allergie, nous vous recommandons de toujours effectuer un test de tolérance cutané dans le pli du coude et d'attendre 24 heures avant toute utilisation.

N'utilisez jamais une huile essentielle « au hasard ».

En cas de doute ou d'interrogation, il convient de toujours se référer à des livres de référence ou demander l'avis d'un professionnel de santé.



Nettoyant Multi-usages

Ingrédients :

Bicarbonate de soude, vinaigre blanc, huile essentielle, eau

Matériel :

Contenant de 500 ml, cuillère à café (cc)

Préparation :

- ✓ Verser 1 cc de bicarbonate de soude dans le bidon
- ✓ Mélanger avec 500 ml d'eau chaude
- ✓ Dans un verre, mélanger 1 cc de vinaigre blanc avec 5 à 10 gouttes d'huiles essentielles
- ✓ Verser dans le bidon
- ✓ Mélanger avant chaque utilisation



Aération !

Pensez à aérer au moins 5 à 15 minutes par jour toutes les pièces de la maison en créant des courants d'air.

Étiquetage des produits dangereux



Polluant



Inflammable



Comburant



Corrosif



Explosif



Gaz sous pression



Effets très graves sur la santé



Effet néfaste pour la santé



Poison violent

Les produits du commerce nocifs pour la santé et pour l'environnement !

Certains produits ménagers du commerce peuvent entraîner des effets négatifs sur la santé et notre environnement.

En effet, des irritations de la peau, des yeux, du système respiratoire, mais aussi des allergies ou des cas d'asthme peuvent être observés selon la sensibilité des personnes, le type de produits utilisés et/ou la durée d'exposition.

La faune et la flore sont également impactées par ces produits, notamment celles vivant dans les milieux aquatiques. Sont en cause les substances actives mais néfastes tels que les phosphates, les acides, les benzènes...